

**HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DENGAN *PEAK PERFORMANCE* PADA ATLET SEPAKBOLA SEKOLAH
SEPAKBOLA (SSB) YAPORA PRATAMA
U-15 DAN U-17 PEKANBARU**

SKRIPSI

Disusun guna memenuhi sebagian persyaratan
untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi



**OLEH:
ZARLI HIDAYAT
10861002927**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PEKANBARU
2015**

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi yang ditulis oleh :

Nama Mahasiswa : Zarli Hidayat

NIM : 10861002927

Judul Skripsi : Hubungan *Self Efficacy* Dengan *Peak Performance* Pada Atlet Sepakbola Sekolah Sepakbola (SSB) Yapura Pratama U-15 dan U-17.

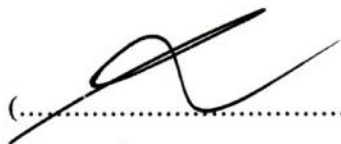
Telah dipertahankan di depan panitia ujian Sarjana Strata Satu (S1) Fakultas Psikologi Universitas Islam Negri Sultan Syarif Kasim Riau, dan disetujui untuk memenuhi sebagian dari syarat-syarat guna memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S1) Psikologi.

Diuji pada :

Hari / Tanggal : Rabu / 14 januari 2015

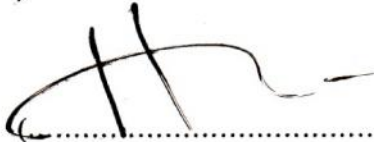
Bertepatan dengan : 23 Rabiul Awal 1436 H

TIM PENGUJI


(.....)

Ketua,

Dr. Zuriatul Khairi, M.Ag, M.Si
NIP. 196510281989031005


(.....)

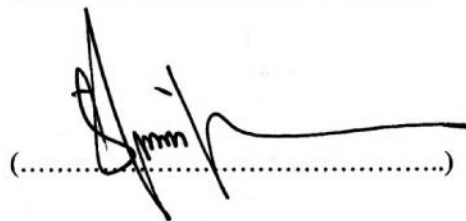
Sekretaris,

Harmaini, M.Si
NIP. 197207242007011019


(.....)

Penguji I,

H. Jhon Herwanto, M.Si
NIP.197010301999031004


(.....)

Penguji II,

Masyhuri, M.Si
NIP.197711022008011010

Hidayat. Z (2014). Hubungan *Self Efficacy* dengan *Peak Performance* pada Atlet Sepakbola Sekolah Sepakbola (SSB) Yapora Pratama U-15 dan U-17 Pekanbaru. Skripsi. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim RIAU.

ABSTRAK

Peak performance adalah atau perilaku yang telah mengoptimalkan potensi dalam diri dengan cara tertentu yang dapat menghasilkan sebuah prestasi. Tingkah laku ini tentunya dipengaruhi oleh persepsi yang dimiliki individu. Salah satu yang dapat mempengaruhi *performance* yaitu *self efficacy*. *Self efficacy* merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuannya.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan *self efficacy* dengan *peak performance* pada atlet Sepakbola SSB Yapora Pratama U-15 dan U-17 Pekanbaru. Instrumen penelitian dari variabel *self efficacy* dan *peak performance* berbentuk skala yang disusun berdasarkan model skala likert yang dimodifikasi menjadi 4 (empat) alternatif jawaban. Hasil uji validitas pada variabel *self efficacy* diperoleh angka validitas berkisar antara 0,0507-0,6605 dengan reliabilitas 0,9210 sementara untuk variabel *peak performance* diperoleh angka validitas berkisar antara 0,0398-0,5548 dengan reliabilitas sebesar 0,7824.

Data penelitian dianalisis dengan menggunakan teknik korelasi *Product Moment* dari Carl Pearson. Hasil analisis data penelitian ini menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0,737 pada taraf signifikansi 0,000. Dengan demikian hipotesis penelitian diterima yaitu terdapat hubungan positif yang sangat signifikan *self efficacy* dengan *peak performance* pada atlet sepakbola SSB Yapora Pratama U-15 dan U-17. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *self efficacy*, maka semakin tinggi pula *peak performance* pada atlet sepakbola SSB Yapora Pratama U-15 dan U-17 Pekanbaru.

Kata Kunci: *Self Efficacy, Peak Performance*

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S1) pada Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Adapun judul skripsi ini yaitu **Hubungan Self Efficacy Dengan Peak Performance Pada Atlet Sepakbola Sekolah Sepakbola (SSB) Yapora Pratama U-15 Dan U-17.**

Penulis menyadari bahwa terselesaikannya skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Munzir Hitami, M.A, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
2. Bapak Dr. Zuriatul Khairi, M.Ag, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
3. Ibu Dr. Mirra Noor Milla, S.Sos, M.Si selaku Wakil Dekan I.
4. Teruntuk Ayahanda **Edizar** dan Ibunda **Julidar** yang selalu gigih untuk memberikan pendidikan, membesarkan serta mendidiku hingga sekarang. Jasa-jasamu tiada terbalas olehku. Terimakasih tiada terhingga kepada kalian, suatu saat nanti aku akan buktikan kalau kalian bangga memiliki anak seperti aku.
5. Teruntuk adik-adik yang aku sayangi Rizky dan Ridho semoga kalian termotivasi untuk melanjutkan pendidikan.

6. Ibu Ahyani Radhiani Fitri, MA, Psikolog selaku penasehat akademik. Terimakasih atas dukungan dan bimbingannya sehingga penulis dapat menyelesaikan studi.
7. Bapak Harmaini, M.Si selaku dosen pembimbing yang selalu meluangkan waktu, pikiran dan motivasi dalam memberikan bimbingan sehingga penulis semangat dalam menyelesaikan skripsi ini. Sekali lagi penulis mengucapkan banyak terimakasih.
8. Atlet sepakbola SSB Yapora Pratama U-15 dan U-17. Terimakasih atas kesediaannya untuk ikut terlibat dalam penelitian ini.
9. Bapak pelatih SSB Yapora Pratama Bapak Marcos dan Bapak Udin. Terimakasih atas bantuannya selama peneliti melakukan penelitian ini.
10. Bapak H. Jhon Herwanto, M.Si selaku Penguji 1 dan Bapak Masyhuri M.Si selaku Penguji 2, yang telah memberikan waktu, ilmu, bimbingan dan masukan dalam pembuatan skripsi ini agar menjadi lebih baik.
11. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Terimakasih atas ilmu yang telah diberikan, semoga menjadi bekal dan berkah yang baik bagi penulis dalam menjalani kehidupan.
12. Seluruh staf bagian akademik, bagian umum dan bagian pustaka Fakultas Psikologi yang selalu memberikan bantuan dan kelancaran dalam setiap pengurusan administrasi.
13. Teruntuk Nailiamani terimakasih atas motivasinya dan semangat yang telah diberikan serta bantuan-bantuan yang telah diberikan sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini.

14. Teman-teman seperjuangan Persatuan Sepakbola Psikologi (PERSEPSI) terimakasih atas segala pengalaman dan ilmu yang teman-teman berikan.
15. Tim Futsal Saroha FC. Syahmardan Lubis, Saiful Bakhir, M Raja Inal, Marlokot, irsyad zickri, idhato muhamdatullah, Ridho Nasri, Nisfan. Tim Futsal Insyallah FC. Bang Febri Junaidi, Bang Meikel Almuqit, Febriandy, Syaputra Alamsyah, Dede Anrian, Harry Syaputra, Abdul Basir, Romi. Terimakasih atas pengalaman yang paling berharga yang kalian berikan.
16. Insyallah. Siti Zulaiha, Putri Utami, Maulina Sari, Puti Nilam, Mia Ika, Febriandy, Syueb Romadona, Syaputra Alamsyah, Retno Riza, Anisa Aryani. Terimakasih sudah menjadi teman terbaikku di kampus, begitu banyak arti kebersamaan yang aku pelajari dari kalian. *“Semoga kebersamaan kita takkan pernah hilang meskipun banyak hal yang menggoyahkan kita.* Teman-teman psikologi angkatan 2008 khususnya lokal A. Terimakasih untuk hari-hari yang telah kita lewati bersama selama masa perkuliahan.
17. Rekan-rekan Badan Eksekutif Mahasiswa (BEM) Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Miardi, Dedi iswanto, Robby Zahara, Ramadhatul Fauzi, Muhammad Firdaus, Azra Perdana, Sunanto, Muhammad Ramadhan, Ikmal Rusdi, Muhammad Jupri, Sherly Prisilia, Muhammad Rahim, Dian Purnama Sari, Syarifah Mustika Sari, Putri Utami. Terimakasih atas waktu, kebersamaan dan pengalaman berharga yang kalian berikan.
18. Buat Senior, Bang Febri Junaidi, Bang Asra, Bang Selpa Wardana, Bang Dwi Roma, Bang Meikel Almuqit, Bang Raga Perwira, Bang Ilham, Bang Muhammad Iqbal, Bang Muhammad Jihad, Bang Jimmy Aditya, Bang Syadra

Hera , Bang Amny Muhaddis, Bang Yogi Triwanda . Terimakasih atas motivasi, saran dan bantuan yang telah diberikan.

19. Buat adik adikku Munadi, Muhammad Julianto, Kemas Aldi, Taufik Hamdi, Putra, Ryan Lisadi, Rahimi, Meiriza Tria Adinda, Sekar Ratih, Nurul Aulia Amita, Melani Evita, Rahadiar Rizky. Terimakasih atas segala hal yang kalian berikan.
20. Seluruh sahabat dan teman-teman yang tidak dapat disebutkan satu per satu dan semua pihak yang telah berjasa dalam hidup penulis, sekali lagi penulis ucapkan terimakasih.

Sesungguhnya kesempurnaan hanya milik Allah. Meskipun skripsi ini dibuat dengan segenap daya upaya, tentu masih ada kekurangan. Oleh karena itu, dengan penuh kelapangan hati penulis menerima kemungkinan adanya kritik dan saran dari pembaca.

Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat khususnya bagi civitas akademika Fakultas Psikologi serta bagi siapa saja yang membacanya.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Pekanbaru, 14 Januari 2015

Zarli Hidayat
10861002927

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PESETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	xiv

BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	9
D. Keaslian Penelitian	9
E. Manfaat Penelitian	10
1. Manfaat Teoritis	10
2. Manfaat Praktis	10

BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	11
A. <i>Peak Performance</i>	11
1. Pengertian <i>Peak Performance</i>	11
2. Karakteristik <i>Peak Performance</i>	12
3. Faktor-Faktor <i>Peak Performance</i>	14
4. Elemen-Elemen <i>Peak Performance</i>	16
5. Faktor yang mempengaruhi <i>Peak Performance</i>	17
6. Pengukuran <i>Peak Performance</i>	18
B. <i>Self-Efficacy</i>	18
1. Pengertian <i>Self-Efficacy</i>	18
2. Proses Terjadinya <i>Self-Efficacy</i>	19
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Self-Efficacy</i>	22
4. Dimensi <i>Self-Efficacy</i>	24
5. Pengukuran <i>Self-Efficacy</i>	25
C. Kerangka Pemikiran dan Hipotesis	25
1. Kerangka Pemikiran	25
2. Hipotesis	28

BAB III. METODE PENELITIAN	29
---	----

A. Desain Penelitian.....	29
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	30
1. Variabel Penelitian	30
2. Definisi Operasional	30
a. <i>self efficacy</i>	30
b. <i>peak performance</i>	30
C. Populasi dan Sampel Penelitian	31
1. Populasi Penelitian	31
2. Sampel Penelitian.....	31
D. Teknik Pengumpulan Data	32
1. Alat Ukur.....	32
a. Alat Ukur Variabel <i>Self Efficacy</i>	32
b. Alat Ukur Variabel <i>Peak Performance</i>	33
E. Uji Coba Alat Ukur.....	34
1. Uji Validitas	34
2. Uji Reliabilitas	38
F. Teknik Analisa Data	39
G. Jadwal Penelitian.....	40
 BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	 41
A. Pelaksanaan Penelitian	41
B. Hasil Uji Asumsi	41
1. Uji Normalitas	41
2. Uji Linieritas	42
C. Hasil Uji Hipotesis	43
D. Analisis Tambahan	43
1. Kategorisasi Data	43
2. Analisis Berdasarkan Dimensi	46
E. Pembahasan	50
 BAB V. PENUTUP.....	 52
A. Kesimpulan	52
B. Saran	52
 DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	